حكومەتی هەرێمی کوردستان – عیراق

وەزارەتی پەروەردە

بەڕێوەبەرایەتی گشتی پرۆگرام و چاپەمەنییەکان

پەروەردەی وەرزشـــی

بۆ پۆلی هەشـتەم قۆناغی بنەرەتی

ئامادەکردن

د. علی قادر عوسمان   د. عاسی فاتح وەیسی

م. ئەحمەد بەهائەدین

پێداچوونەوەی زانستی

عوسمان غریب فرج   دڵشاد صالح حسن

جلال عزیز فقی یوسف

چاپی چوارەم   ٢٠١٥ زاینی - ٢٧١٥ کوردی -١٤٣٦ کۆچی

پێداچوونەوەی زانستی : عوسمان غریب فرج، دڵشـــاد صالح حسن، جلال عزیز فقی یوسف
سەرپەرشتی زانستی چاپ : ســالار جەلال ئەحمەد
سەرپەرشتی هونەری و چاپ : عوسمان پیرداود کواز ـ خالد سلیم محمود
تایپ و ئامادەکردنی وێنە کان : م. زانا ئیبراهیم
نەخشەسازی بەرگ : ئاری محسن احمد
نەخشەسازی ناوەڕۆك : شــــەیما یاسین اکرم
جێبەجێکردنی بژاری هونەری : یوسف احمد اسماعیل

پێشەکی

وەرزش ئەمڕۆ ڕەوشە سادە و ساکارەکەی بەزاندووە و زانستێکی ڕەهایە و قاڵبی ئەکادیمی و زانستی لە خۆگرتووە بۆیە لە جیهاندا بەو شێوەیە بایەخی پێدراوە.... هەروەها هۆکارێکە بۆ بنیات نانی لەش و لارێکی چوست و پتەو لەپێناوی بنیاتنانی کۆمەڵگایەکی هاوچەرخ و شارستانیانە.

بۆیە دەبێ لەگەشەکردن و پەرەسەندنی ئەم بوارە گرنگەی ژیان لەقۆناغی قوتابخانە و خوێندنگاکانەوە دەست پێبکەین چونکە بەردی بناغەی کۆمەڵگایە لە هەموو بوارەکانی ژیاندا.

ئێمەی کوردیش مافی رەوای خۆمانە جگەر گۆشەکانمان لە قوتابخانە و خوێندنگاکاندا بەزمانی شیرینی کوردی ئاوێتەی ئەم بوارە سوودمەندە بکەین چونکە دەمێکە وەرزش لەناو کۆمەڵگای کوردیدا بڵاوبوەتەوە بۆیە بەڕاستی ئەم گرنگییە هەڵدەگرێت کە بایەخی پێ بدرێت.

هیواداریین لە ڕێگای ووشەکانی نێو ئەم پەڕتوکەوە توانیبێتمان خزمەتێکی بچوکی ڕۆڵەکانی نەتەوەکەمان کردبێت و کۆشکێکی رازاوەی وەرزش لە قوتابخانە و خوێندنگاکاندا دروست بکەین و لە سێبەرەکەیدا بحەوێینەوە.

ئامادەکاران

مامۆستای پەروەردەی وەرزشی بەڕێز

وەکو خۆت لەهەموو کەسێکی تر زیاتر ئاگاداریت ئەمڕۆ وەرزش زانستێکی ئەکادیمی سەردەمە لەپێناوی بنیات نانی کۆمەڵگایەکی هاوچەرخ هەروەها ئێمەی کوردیش مافی خۆمانە زانستیانە و سەردەمانە و شارستیانە مامەڵە لەگەڵ ئەم بوارەدا بکەین ... گومانیش لەوەدا نی یە خوێندکاران و قوتابیان بەردی بناغەی کۆمەڵن و سەرکردەی پاشەڕۆژن ، بۆیە پێویستە وەرزش شان بەشانی بابەتە زانستیەکان لەقوتابخانە و خوێندنگاکاندا بخوێنرێت لەپێناوی خزمەتکردنی جگەر گۆشەکانمان ... ئەم پەرتوکە پێم وایە یەکەم هەنگاوە بۆدانانی پرۆگرامێکی وەرزشی بۆئەوەی ئێوەی بەرێز سیستەمێکی وەرزش لەبەردەستانداهەبێت لەقوتابخانەو خوێندنگاکان تاکو لەپەرتەوازەیی و بێ بەرنامەیی وەرزش رزگارتان بێت و بوار بەقوتابی و خوێندکاران بدەن لەپێناوی کردنەوەی گرێ کوێرەکانی مێشکیان دەربارەی بابەتە نادیارەکانی ئەم پرۆگرامە .بۆیە داوامان لەبەرێزتانە بتوانن بەشێوەیەکی زانستیانە مێشکی خوێندکار و قوتابیە خۆشەویستەکانی پێ دەوڵەمەندبکەن ، رەنگە ئەم پەرتووکە لەهەڵە بەدەر نەبێت بۆیە ئێمەش چاوەروانی بۆچوون و پێشنیازی بەسودتانین تاکو بتوانین زیاتر دەوڵەمەندی بکەین لەپێناوی خزمەتی پاشەرۆژی رۆلەکانی میللەتەکەمان.

گەرمکردنی لەش : پێش هەموو وانەیەك پێویستە قوتابیان و خوێندکاران بۆماوەی ١٠_١٥ خولەك لەنێو گۆرەپانـدا هەندێ راهێنانی وەرزش بکەن لەبەر :



١. ئامادەکردنی ماسولکەکانی لەش بۆئەرکی داهاتوو تاکو توشی پێکان نەبێت .

٢. بەرزکردنەوەی پلەی گەرمای لەش تاکو ئامادەی چالاکی بێت هەروەها پێویستە لەکۆتایی وانەکەدا هەندێ راهێنانی هێورکردنەوە بکرێت وەکو راهێنانی جمناستیك و یارییە بچوکەکان تاکو شوێنەواری ماندووبونیان پێوە دیار نەبێت و ئامادەبن بۆ خوێندنی وانە زانستی یەکان .





یارییەکانی
گۆڕەپان و مەیدان











گۆڕەپان و مەیدان

- چۆنیەتی دیاری کردنی تیپی گۆڕەپان و مەیدانی قوتابخانە وخوێندنگا

لەبەرئەوەی یارییەکانی گۆڕەپان و مەیدان چەند جۆرێکە و بریتییە لە چەند چالاکییەکی جۆراوجۆر بۆیە پێویستە لەسەر مامۆستای پەروەردەی وەرزش هەر لە سەرەتای ساڵەوە تیپی گۆڕەپان و مەیدانی قوتابخانە و خوێندنگا دیاری بکات بۆ فیستیڤاڵی ساڵانەی قوتابخانە و خوێندنگاکان بەم شێوەیەی خوارەوە:

١. لەکاتی وانەووتنەوەی هەرپۆلێك بتوانێت گروپ گروپ لە یاریگای قوتابخانە و خوێندنگا پێشبڕکێ بکات لەنێوان قوتابی و خوێندکارەکان. لە هەر پۆلێك باشترین دوو یاریکەری خێرا دیاری بکات لەگەڵ ئەنجامدانی تاقیکردنەوەی هێزی بۆ دیاری کردنی قوتابی و خوێندکارە بەهێزەکان لەگەڵ ئەنجامدانی تاقیکردنەوەی ڕاکردنی ناوەند و درێژ بۆ ماوەی ١٠-٣٠ خولەك هەروەها تاقیکردنەوەی بازدان بە وەستانەوە بۆ یاری یەك باز و سێ باز و بازی بەرز لە هەر پۆلێك.

٢. پاشان مامۆستا هەڵدەستێ بە ئەنجام دانی تاقیکردنەوە لە نێوان قوتابی و خوێندکارە دیاری کراوەکان لە هەر چالاکییەك بۆ هەربەشێکی دەوام ئەگەر قوتابخانە و خوێندنگاکە دوو دەوام بوو.

٣. پاشان هەڵدەستێ بەئەنجام دانی هەمان تاقیکردنەوە لەسەر قوتابی و خوێندکارانی دەوامی دووەم بۆ دیاری کردنی قوتابی و خوێندکارە باشەکان.

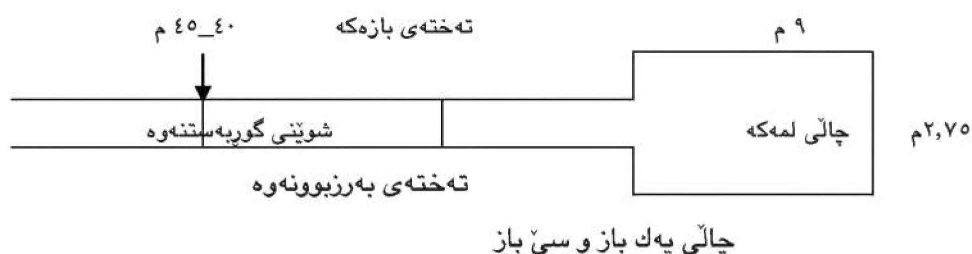
٤. پاشان هەموو قوتابی و خوێندکارە باشەکانی قوتابخانە و خوێندنگا تاقی دەکاتەوە بۆ دەستنیشان کردنی هەڵبژاردەی قوتابخانە و خوێندنگا بۆ جۆرەکانی یاری گۆڕەپان و مەیدان.

٥. مامۆستا پێویستە چاودێری توانا و لێهاتوویی و کێشی لەش و باڵای قوتابی و خوێندکاران بکات لە دیاری کردنی بۆ جۆری چالاکی وەرزشی.

یەك باز

لە چالێکدا باز دەدرێت درێژیەکەی ٩م و پانی ٢,٧٥م داپۆشراوە بە لم لەسەر ئاستی تەختەی بازدانەکە لە دووری ١م-٣م و ڕێگای گوربەستنەوە ٤٠م-٤٥م. قۆناغەکانی یەك باز بریتییە لە **گوڕ بەستنەوە- بەرزبوونەوە لەسەر تەختەکە- فڕین- دابەزین**. هەروەها بەسێ شێواز باز دەدرێت **کوڕبوونەوە- هەڵواسین- ڕۆیشتن** لە هەوا. لەکاتی بازداندا نابێت خوێندکار یا قوتابی قاچی لەتەختەی بازەکە تێ پەڕێت و وە بۆ یاری یەك باز دەبێت خێرایی و هێز بەکاربێنێت .





چاڵی یەك باز و سێ باز

گوڕپەستنەوە : پێویستە قوتابی و خوێندکار ئەو ماوەیەی پێش تەختەی بازدانەکە زۆر بەباشی کۆنترۆڵی بکات بەهەنگاوی ڕێك و پێك لەسەرەتاوە بەشێوەی تاودان پاشان بەزۆرترین خێرایی تادەگاتە سەر تەختەی بازەکە .

هەڵەکانی گۆڕپەستنەوە :

١. ڕاکردن بەخاوی .

٢. بەکارهێنانی قاچی هەستان بەهەڵە .

٣. هەڵەی سەرتەختەکە .

٤. گۆڕینی هەنگاوەکان لەکاتی ڕاکردندا .



بەرزبوونەوە (هەستان) : دەبێت خوێندکار و قوتابی لەو پەری خێرایی قاچی بەتەواوی بدات بەسەر تەختەکەدا و زۆر بەخێرایی بەرزبێتەوە بۆ سەرەوە و پێشەوە تاوەکو دادەبەزێتە نێو لمەکە .

چەند ڕاهێنانێکی سەرەتایی:-

١. بەوەستانەوە ڕاکردنی خێرا بۆ ماوەی (٢٠م—٣٠م).

٢. ڕاکردنی هەنگە شەلە لەسەر هەردوو قاچ(١٠م—٢٠م).

٣. ڕاکردن بە هەنگاوی درێژ بۆ ماوەی (٢٠م—٣٠م).

٤. بازدان بە ڕاکێشانی ئەژنۆ بۆ سەر سنگ.

٥. بازدان لەگەڵ کردنەوەی هەردوو قاچ بۆ نیو چاڵەکە.

٦. یەك باز لە یەك هەنگاو.

٧. بازدانی سەر بەربەست(موانع).

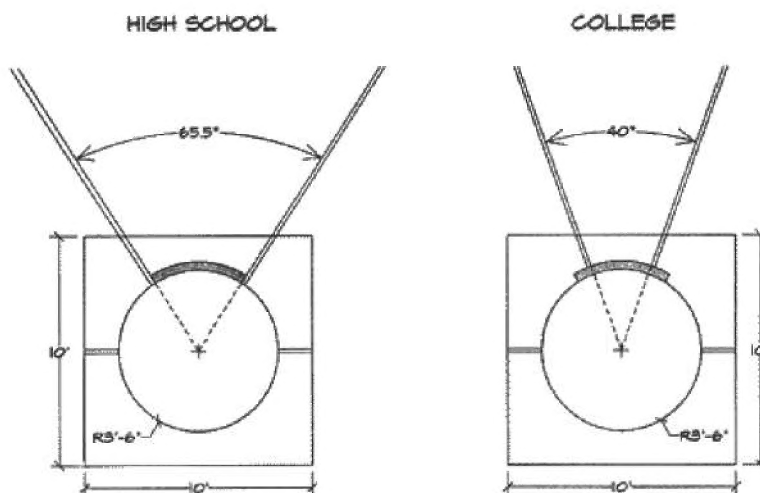
٨. بەرزبوونەوە بە هەردوو قاچ بە نۆرە.



هەڵدانی قورسایی

لە بازنەیەکدا هەڵدەدرێت تیرەکەی ٢,١٣م لە چەقی بازنەکەوە گۆشەیەك گۆشەیەك دروست دەکرێت بە گۆشەی ٣٤,٩٢° بۆ دیاری کردنی بواری هەڵدانەکە لەپێش ئەو بازنەیەدا تەختەیەك دائەنرێت بە شێوەی کەوانـەیی لە ڕووی چەقێنراوە بە درێژی ١,٢٢م. کێشی قورسایی بۆ کوڕان ٧,٢٦٠ کگم و بۆ کچان ٤ کگم .





بوارەکانی بازنە و بوارەکانی فڕێدانی قورسایی و پێوەری گۆشەکە ؟؟؟

چەند خاڵێکی یاسایی:-

١. دەبێ قورساییەکە لە ناوەراستی پەنجەوە لە چاڵی ملەوە هەڵبدرێت.

٢. دەبێ قورساییەکە بکەوێتە نێوان هەردوو هێڵی دیاری کراو لەچەقی بازنەکەوە.

٣. نابێ هیچ بەشێکی لەشی یاریزان بەر دەرەوەی بازنەکە بکەوێت.

٤. تاکو قورساییەکە نەکەوێتەسەر زەوی نابێت یاریزان بازنەکە بەجێ بهێڵێ.

٥. پێوانەی ماوەی هەڵدانەکە لە کۆتایی شوێنی کەوتنی قورساییەکە بۆ دیوی ناوەوەی لێواری تەختەی وەستانەکە هەژمار دەکرێت.



قۆناغەکانی هەڵدانی قورسایی



١. وەستانی سەرەتایی.

٢. خۆئامادەکردن.

٣. خشان.

٤. سوڕان.

٥. هەڵدان و گۆڕینی قاچ.

قورسایی دەخرێتە چاڵی مل پاشان بەچەند جوڵانەیەك قاچ رادەکێشێت بۆ لێواری نزیك لەبواری هەڵدانەکە پاشان دەسوڕێتەوە تاکو رووی دەکاتە بواری هەڵدانەکە و قورساییەکە بەهۆی درێژکردنی دەست بەسەر پەنجەکانی بەگۆشەیەکی گونجاو قورساییەکە هەڵدەدات بۆ نێو بواری هەڵدانەکە .

- هەڵەکانی هەڵدانی قورسایی :

١- بەرزکردنەوەی ئانشك زیاتر لە رادەی خۆی.

٢- دەرچوونی چەقی قورسایی لەش لەسەر قاچی چەسپاو.

٣- هەڵدان بە گۆشەیەکی بەرز یان نزم.

چەند راهێنانێك:-

١. یاری کردن بە قورساییەکە بەهەردوو دەست بە شێوازی جۆراوجۆری لەش.

٢. هەڵدانی قورساییەکە بۆ سەرەوە بەیەك دەست هەروەها بۆ پێشەوە.

٣. هەڵدانی قورسایی بۆ دواوە بە هەردوو دەست لەسەر سەرەوە.

٤. هەمان راهێنان بەڵام بۆ پێشەوە.

٥. هەڵدان بە وەستانەوە.

یــاری
تــۆپــی پــێ







تۆپی پێ:



یاری تۆپی پێ زۆر جیاوازە لەجاران هەر لە کارامەیی سەرەکی و جوڵەی یاریکەر لەنێو گۆرەپان داو تابێت بەرەو پێشکەوتن دەڕوات هەربۆیە لێدانی تۆپ بەسەر و رۆشتن و جوڵە بە تۆپ ولێدان و کپ کردن و وەرگرتنی تۆپ بەرووی پێ و سنگ وڕان و کپ کردن بەبنی پێ و ڕووی ناوەوە و دەرەوەی پێ هەموو ئەبێت بەشێوازی هونەری چالاکانە ئەنجام بدرێت.

کپ کردنی تۆپ بەبنی پێ:



کپ کردنی تۆپ بەبنی پێ لەکارامەییە گرنگەکانی یاری تۆپی پێیە، بەکاردێت لەکاتی هاتنی تۆپی بەرز دوای بەرکەوتنی بەزەوی دا. ئەم کارامەییە جیادەکرێتەوە بەوەی کەکۆنترۆل بەسەر تۆپ دا لە پانتایەکی بچوك دادەکرێت و بەیارمەتی زەوی بۆ ئەوەی یاریکەر بتوانێت بەباشی کارامەییەکەی دوای ئەو ئەنجام بدات .



ئامادەباشی بۆ کپ کردنی تۆپ بەبنی پێ:

ئەم ڕاهێنانە ئەنجام ئەدرێت بەبەکارهێنانی چەند تۆپێك و دیاریکردنی بازنەیەك بەدەوریان دا و دەبێت یاریکەرەکان ژمارەیان یەك دانە زیاتربێ لەژمارەی تۆپەکان و ڕائەکەن لەسەر بازنە دیاری کراوەکە لەگەڵ گوێ بیستنی مامۆستا بەوەستانیان یان وەستانی مۆسیقا کەلەکاتی ئەنجام دانی ئەم یارییە بەکاردێت هەر یاریکەرەو بەرەو تۆپێك دەچێت قاچ لەسەر تۆپێك دادەنێ ئەوەی تۆپی بۆ نەما دەچێتەدەرەوەی پێشبرکێ کەوەك لەم وێنەیە دیاری کراوە ٦ منداڵ بە ٥ تۆپ.

ئامانجی ئەم یارییە وریابوونی قوتابی و خوێندکارە و خێرایی گواستنەوە هەروەها فێربوونی کارامەیی کپکردنە بەبنی پێ .



مەشقێکی سانا بۆبەهێز کردنی هەردووقاچ:

بازدان لەسەر یەك قاچ بۆسەرەوەو پێشەوە بەنووشتاندنەوەی ئەژنۆی قاچی بەرزبۆوە بەگۆشەی ٩٠ پلە یەك لەدوای یەك بۆماوەی ٨ بۆ ١٠ م.

- بەرزبوونەوەلەسەر هەردوو قاچ و بەبێ تۆپ جوڵەی نمایشی لێدانی سەر ئەنجام ئەدەیت.



کپکردنی تۆپ بەران



ئامانجی ئەم ڕاهێنانە

١. بەهێزکردنی ماسولکەکانی هەردووقاچ و کەمەر.

٢. گەشە پێدانی لێهاتووی جەستەیی.



٣. فێربـــــوونی کارامـــــەیی سەرلێدان.

– هەســتکردن بەپابەنــدبون بەتیپ و گەل و خاکەوە.

– پــەیبردن و ئــارەزوو کــردن بۆ ئەنجام دانی چالاکی وەرزشی تاك وکۆ.

کارامەییە بنچینەییەکان

– *چۆن کارامەیی کپ کردنی تۆپ بەبنی پێ ئەنجام ئەدرێت؟*



هەسـتکردن بــەکاتی بەرکــەوتنی تــۆپ بەزەویـداو دانــانی ئــەو پێیــەی بــۆ تــۆپ ناچــێت کــە پێویـستە لــەدوای تــۆپ بێــت یــان لەتەنیشتی و لەگەڵ بەرزکردنەوەی ئـەو قاچـەی بـۆ تـۆپ دەچـێت لەگەڵ نوشتاندنەوەی ئەژنۆو ڕان بەگۆشەیەك کە بگونجێـت لەگـەڵ هێـزی تۆپەکـەدا کاتێـك بــەر زەوی دەکــەوێت، و نوشــتاندنەوەی کەمەر بۆ پێشەوەو هــەردوو دەســت نوشــتاوە دەبـن لــە تەنیـشت لەشەوە.

چالاکی بەفێرکاری و ڕاهێنانیەکان:

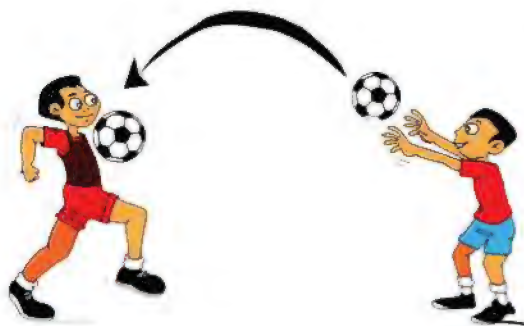
- بۆ ئەوەی کپ کردنی تۆپ بەسنگ جێگیر ببێت ئەم دوو مەشقە ئەنجام ئەدەم.



١- فڕێدانی تۆپەکە بۆ سەرەوە و لەکاتی هاتنە خوارەوەی تۆپەکە قوتابی و خوێندکار هەڵدەستێ بە کپکردنی تۆپەکە بە سنگ پاشان چەند جارێك دووبارەی دەکاتەوە.

٢-بەرامبەر هاورێکەت ئەوەستیت و تۆپ هەڵئەدەیت بەرەو سنگ و چالاکی کپ کردن تۆپ بەسنگ ئەنجام ئەدەیت.

- تێبینی گرنگ بۆ کپ کردنی تۆپ بەسنگ:



بەرز کردنەوەی هەردوو دەست بۆ تەنیشت و پێشەوە بە نوشتاندنەوە لە ئەنیشکدا کە یارمەتیدەرە بۆ کپ کردنی تۆپ بە سنگ.

مەشقی پێویست بۆ بەهێز کردنی کەمەرو پشت:

بەوەستانەوە قاچت کراوەیەو هەردوو دەستت بۆ سەرەوە تۆپەکە ئەگریت و پشتت لەپشتی هاورێ کەتەو تۆپەکەت لێ وەرئەگرێت لەسەرەوەو لەبەینی هەردوو قاچی خۆیەوە لەژێرەوە لەبەینی قاچتدا وەری ئەگریتەوە.



-بەوەستانەوە قاچت کراوەیە و هەردوو دەستت شۆڕ دەبنەوە بۆ دواوەوە و خوارەوە لەگەڵ چەمانەوەی پشت بۆ دواوە و ئەژنۆکان ئەنوشتێنیتەوەو هەوڵ ئەدەیت دەست بدەیت لە پاژنەی پێ.

- **کارامەیی بنچینەیی کپ کردنی تۆپ بەسنگ:**

- *چۆن کارامەیی کپ کردن تۆپ بەسنگ ئەنجام ئەدەیت؟* رووبەرووی تۆپ ئەوەستیت و بەکردنەوەی هەردوو قاچ و کەمێك هەردوو ئەژنۆ ئەنوشتێنیتەوەو چەقی قورسایی لەش دەچێتە سەر هەردوو قاچ، لەشت بەرەو دواوە ئەبەیت بەشێوەیەك سنگت بۆ پێشەوە بچێت و هەردوو دەست لەتەنیشت بێت. چاوت لەتۆپەکە ئەبێت بۆ زانینی کاتی بەرکەوتنی بەسنگت پاشان سنگ ڕائەکێشیتەوە بۆ دواوە بەمەرجێك ماسولکەی سنگ گرژ نەبێت ئەنیشکت بەرز ئەکەیتەوە تا تۆپ لەبەردەم سنگت بکەوێتە سەر زەوی.



کپ کردنی تۆپ بەسنگ:



کارامەیی کپ کردنی تۆپ بەسنگ بەیەکێك لە جۆرەکانی کۆنترۆڵکردنی تۆپ ئەژمێردرێت، ئەم جۆرە کپکردنەکە بەکاردێت بۆ ئەو تۆپانەی بەبەرزی دێت و بەکارامەییە باوەکان دائەنرێت، بۆیە زۆر گرنگە بۆ هێرش بەرو بەرگری کەر کە زۆر بەباشی مەشقی لەسەر بکەن تادوای ئەوەی تۆپەکە کپ دەکات ببێتە هۆی پاسێکی باش یان لێدانێکی باش بۆ گۆڵ.

ئامادەباشی:

یاری تۆپ وتونێل:

دوو هاوڕێ دوو تیپ (أ–ب) جیادەکەنەوە کەهەر تیپەی ٨بۆ١٠ قوتابی و خوێندکار بێت. تیپەکان بەشێوەی شەمەندەفەر یەك لەدوایەك ئەوەستن و هەردوو قاچ ئەکەنەوە، هەردوو قوتابی خوێندکاری یەکەم تۆپیان پێیە بە دەستیانەوە لەگەڵ فیکەی مامۆستا هەریەك لەبەینی قاچیانەوە بەرەو دواوە بۆ هاوڕێکانیان ڕەوانە دەکەن، و ئەو تیپەی زووتر تۆپەکە بگەیەنێتە فێرکاری کۆتایی بەبراوە دائەنرێ



- دوومەشق بۆ زیاتر چەسپاندنی کارامەیی کپکردنی تۆپ بە بنی پێ:ـ

ـهەڵدانی تۆپ بەدەست بۆ سەرەوەو پێشەوە بەمەرجێك بکەوێتە بەردەمت پاشان هەوڵدان بۆ گرتنی تۆپ بە سەرسنگ و کپ کردنی و ئەم ڕاهێنانە چەند جارێك دووبارە دەبێتەوە.



– وەستان بەرامبەر یەك و تۆپەکە هەڵدەدەن بۆ یەکتر پاشان کپکردنی تۆپ بە سنگ و بەو شێوەیە بەردەوام دەبن.



چەند تێبینییەکی گرنگ بۆ کارامەیی کپ کردنی تۆپ بەبنی پێ:

– پێشبینی کردنی هەڵە بۆ شوێنی بەرکەوتنی تۆپ بەزەوی ئەبێتە هۆی هەڵەی کپ کردنی تۆپ یان دەرچوونی تۆپ و دوورکەوتنەوەی بۆیە پێویستە بە پێشبینی و کاتێکی گونجاو شوێنی بەرکەوتنی تۆپ بەزەوی دیاری بکەین.

چەند چالاکییەکی فێرکاری و ڕاهێنانی:

بۆ ئەنجامدانی کارامەی کپ کردنی تۆپ بەبنی پێ بەشێوەی دروست پێویستە پێشبینی شوێن کەوتنی تۆپ بکرێت لەگەڵ نزیك بوونەوە لە تۆپ لە کاتی گونجاودا.

یـــــاری
تـۆپـی بـاڵە









تۆپی باڵە

پاسدان

پاسدان یەکێکە لە کارامەییە سەرەکییەکانی تەکنیکی یاری تۆپی باڵە ئەمەش بەهۆی زۆر بەکارهێنان و دووبارە بوونەوەی لە ناو یارییدا و بەبێ پاسدان یاری بەردەوام نابێت و ئەم کارامەییە بریتییە لە چەند جۆرێك:

١- پاسدان لەسەر ئاستی نێو چەوانەوە بۆ پێشەوە

٢- پاسدان لەسەر ئاستی نێو چەوانەوە بۆ دواوەوە

٣- پاسدان بە بازدانەوە

٤- پاسدان بۆ تەنیشتەکان



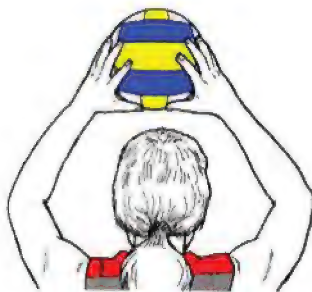
١- پاسدان لەسەر ئاستی نێوچەوانەوە بۆ پێشەوە

جۆرێکی سەرەکییە لە جۆرەکانی (پاسدان لەسەر ئاستی نێو چەوانەوە بۆ پێشەوە) و لە هەموو جۆرەکانی تر زیاتر لە ناو یارییدا بەکاردەهێنرێت

چۆنیەتی فێربوون:

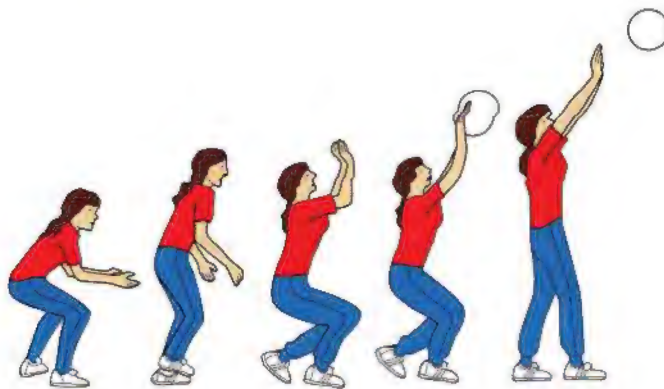
١- وەستان لە شێوەی ڕۆشتن(ئەوانە ی کە ڕاستەن قاچی چەپیان لە پێشەوە دەبێت و بە پێچەوانەوە ئەوانەی کە چەپەن) و قورسایی لەش بە یەکسانی دابەش دەبێت بەسەر هەردوو قاچدا،هەردوو ئەژنۆ کەمێك نوشتاوە دەبن لەگەڵ نوشتاندنەوەی لەش کەمێك بۆ پێشەوە.





٢– پێش گەیشتنی تۆپەکە یاریکەر هەردوو دەستی ئامادە دەکات و بەرز دەکاتەوە بۆ سەر ئاستی نێوچەوان بۆ پاسدانی تۆپ،لەم کاتەدا پەنجەکان بلاو و نەرمن و هەردوو دەست کەمێك روویان لە یەکە بۆ ناوەوە و هەردوو ئانیشك لە خوارەوە کەمێك بۆ دەرەوە، و هەردوو دەست لە جومگەی مەچەکەوە نوشتاوەتەوە بۆ دواوەوە.

٣– کاتێك پەنجەکان و دەست بەر تۆپەکە دەکەون گۆشەی نوشتانەوەی هەردوو دەست لە جومگەی مەچەکدا کەمێك زیاتر دەبێت لەگەڵ زیاتر نوشتانەوەی هەردوو ئەژنۆ(بەزۆری پەنجەکانی...........)، دواتر لەشی یاریکەر لە خوارەوە واتە لە پێیەوە ئینجا لەش ئینجا دەستەکان بەرێکی دەجولێت بۆ بەشی سەرەوە بە رێکی لە کاتی پاسدانی تۆپەکە



هەڵە بلاوەکان:

١– پێشوازی کردنی تۆپ شێوەی دەستەکان تێیدا درێژ بوو بێتەوە و نوشتانەوە لە جومگەی ئانیشکدا نەبێت.

٢– هەردوو دەست دووربن لە یەکەوە و تۆپەکە بە نێوانیاندا تێپەڕێت.

٣– پێشوازی کردنی تۆپ بە شێوەیەك دەستەکانت لە پشتەوە بێت.



یـــاری
تـــۆپی باسـکە













تۆپی باسکە

پاسدان:

پاسدان ئەرکێکە بۆ هەڵدانی تۆپ لە یاریکەرێکەوە بۆ یاریکەرێکی تر بەشێوەیەکی رێك و پێك بەمەرجێك یاریکەری تیپی بەرامبەر نەیگرێتەوە.



ئامانجی پاسدان:

١. ئامانجی پەروەردەیی: زیادکردنی ئاکاری یاریکردنی بەکۆمەڵ کە ئەمە لە بەرژەوەندی تیپەکەدایە و دواتر لە بەرژەوەندی یاریکەرەکانە.

٢. ئامانجی راهێنان: ئەو تیپەی زیاتر و بەشێوەیەکی جوان پاسدان بکات زیاتر تۆپیان پێ ئەبێت و نزیك ئەبنەوە لە گۆڵی بەرامبەر.

شێوازەکانی پاسدان:

١. لەوەستانەوە.

٢. لەوەستان و هەنگاوی چەسپاودا.

٣. پاسدان لە رۆشتنەوە.

٤. بە رۆشتنەوە یان بەراکردنەوە لەکاتی تەپتەپەدا.



جۆرەکانی پاسدان

١. پاسی ئاستی سنگ.

٢. پاسی هەڵگەراوەیی.

٣. پاسی پاڵنانی ئاسان.

٤.پاس بەیەك دەست.

٥.پاسی ئاسۆیی.

٦.پاسی تەنیشت.

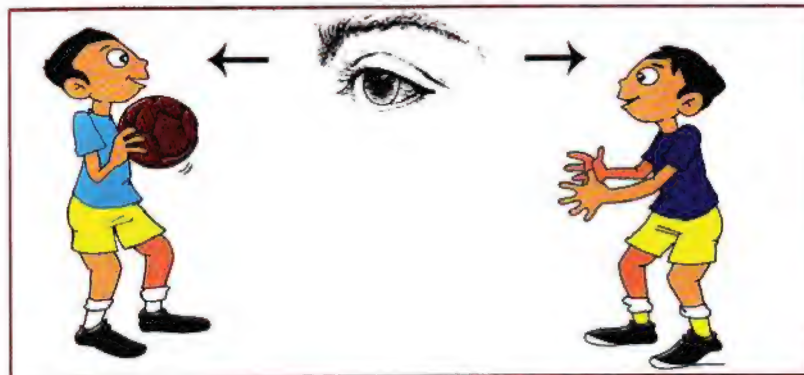
٧.پاس بە دوو دەست لەسەر سەرەوە.

١- پاسدانی ئاستی سنگ:

سـەرەتا تۆپەکـە بـە هـەردوو دەسـت ئـەگریت لەئاسـتی سـنگدا و بـەهۆی پەنجەکانـەوە بـە مـەرجێك



پەنجەکان بڵاو بێت بەسـەر تۆپەکـەوە بـەبێ ئـەوەی پەستان بخەیتـە سـەر تۆپەکـە و پەنجـەکان شـێوەی سـێ گۆشـەیەکی یەکسان وەربگرێت و ئـەبێ بـەهیچ شێوەیەك لەپی دەسـت بەرتۆپەکـە نەکەوێت،تۆپەکـە هەڵدەدەین بۆ ئاسـتی سـنگی یاریکـەری بەرامبـەرمان ئەبێ هەموو ئـەم کارانـە لـە یـەك کاتـدا ڕوو بـدات بـۆ پێشەوە بە بەکارهێنانی (باسك و ئەنیـشك و مەچـەك) و ئەبێت دەستەکانمان درێژ بکەینەوە بە ئاراستەی پاسەکە بەمەرجێك مەچەکەکانمان بـۆ خـوارەوە بێـت هەتا تۆپەکە ئەگاتە ئاستی سنگی یاریکەری وەرگر.



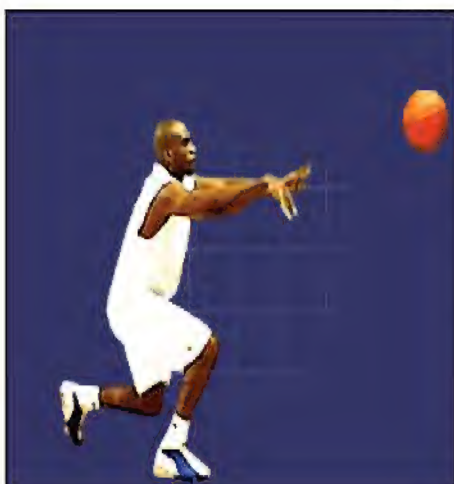
بەکارهێنانەکانی پاسدانی ئاستی سنگ:

١- بۆ ماوەی نزیك بەکاردێت.

٢- ئاسانترین شێوەی پاسدانە.

٣- بەکاردێت کاتێك یاریکەری ڕکابەر لە نێوان من و هاورێکەمدا نەبێت.

٤- بەهۆی ئەم پاسەوە یاریکەر ئەتوانێت فێڵی زۆر بکات.



هەڵە بڵاوەکان:

١- تەنها بەکارهێنانی هەردوو باسك لەکاتی پاسدان.

٢- ڕاست نەکردنەوەی ئەنیشك بەشێوەیەکی گشتی لـە کـاتی پاسدان.

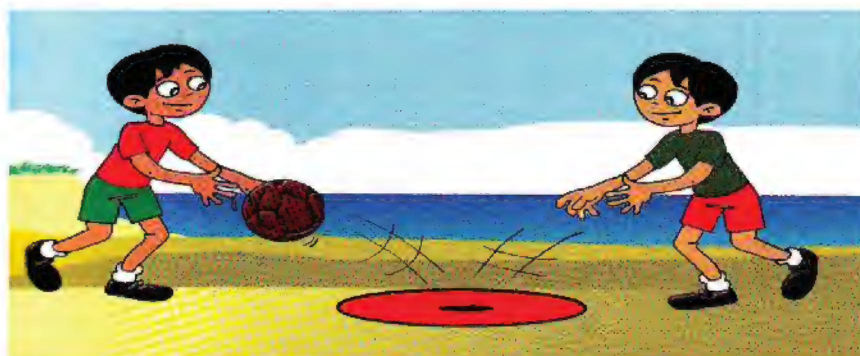
٣- چەقی لەش نەگوێزرێتەوە بۆ سەر قاچی پێشەوە.

٤- ئاگاداری مەچەك و پەنجەکانت نەبێت لە کاتی پاسدان.

٥- یاریکەرێك هەبێت لە نێوان پاسدەر و وەرگر.

٢- پاسدانی هەڵگەڕاوەیی:

بە هەمان شێوەی پاسدانی ئاستی سنگ بەکاردەهێنرێت بەڵام لەم جۆرەدا تۆپەکە بەرە و زەوی هەڵدەدرێت لەبەردەم یاریکەری وەرگردا بەر زەوی دەکەوێت ئەم جۆرە زیاتر یاریکەری دابەشکەر بەکاری دەهێنێت بۆ بڕینی یاریکەری ڕکابەر بە زۆری لە نزیك گۆڵی بەرامبەر بەکاردەهێنرێت.



بەکارهێنانی پاسدانی هەڵگەڕاوەیی:



١- بەکار دێ دژی بەرگریکاری بەرامبەر.

٢- بەکاردێت لە دژی ئەو بەرگریکارەی دەستی بەرز کردۆتەوە.

٣- بەکاردێت لە دژی بەرگریکاری باڵا بەرز.

٤- بەکاردێت بۆ دووریەکی نزیك و مام ناوەند.

هەڵە بڵاوەکان:



١- هەڵدانی تۆپەکە بەشێوەیەکی سوك کە ئەبێتە هۆی گرتنی تۆپەکە لەلایەن یاریکەری بەرگریکار.

٢- هەڵدانی بەشێوەیەکی سوك کە دوای بەرکەوتنی تۆپەکە بە زەوی بەرز نەبێتەوە و نەگاتە کەمەری یاریکەری وەرگر.

٣- سوڕانەوەی تۆپەکە لە کاتی هەڵدانیدا کەوا لە وەرگر ئەکات کە بە ئاسانی تۆپەکە وەرنەگرێت.

یـــاری

تۆپی دەســت











تۆپی دەست

پاسدان



هۆکارێکە بۆ گەیشتن بە گۆڵی بەرامبەر چونکە پاسدانی باش هیچی کەمترنییە لە شووت کردن، ئەو تیپەی پاسدان بەباشی ئەنجام دەدات زۆرتر و زووتر دەگاتە گۆڵی بەرامبەر،هەروەها هۆکارێکە بۆ دروست بوونی کەلێنی نێوان تیپی بەرگریکار.

چۆنیەتی فێربوونی پاس:

لەکاتی پاسداندا دەبێ قوتابی و خوێندکار لەش ڕەق نەکات کەمێك نوشتابێتەوە بۆ پێشەوە و چەقی قورسایی لەش دابەش دەبێت بەسەر هەردوو قاچدا بەکراوەییەکی گونجاو لەگەڵ کەمێك نوشتانەوەی هەردوو ئەژنۆ.

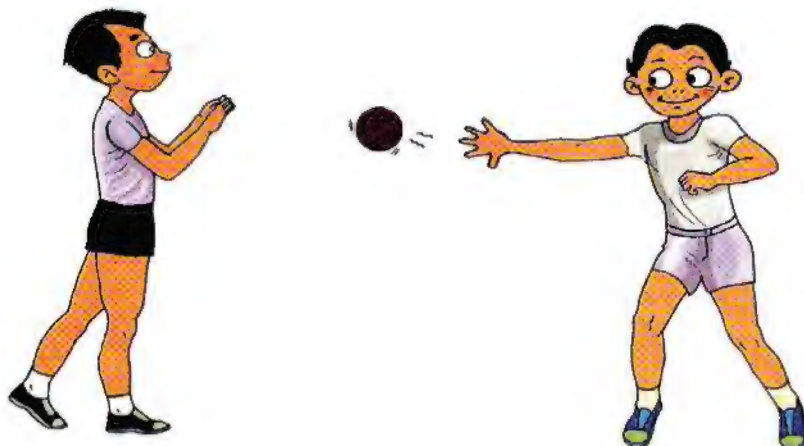
لەکاتی پاسداندا قوتابی و خوێندکار قاچێکی کەمێك دەخاتە پێشەوە... پاسدان لەسەر پەنجەکانەوە ئەنجام دەدرێت لە پشتی تۆپەکەوە بە پاڵنانی لە مەچەکەوە بەیارمەتی هەموو جومگەکانی لەش بەهەمان ئاڕاستەی تۆپەکە.

خوێندکار و قوتابی لە کاتی پاسداندا دەبێ ڕەچاوی ئەم خاڵانە بکات:-

١- لەکاتی پاسداندا دەبێ تۆپەکە بە ئاڕاستەیەکی ئاسۆییدا بڕوات هەتا دەگاتە دەستی یاریکەری هاوڕێ.

٢- دەبێ تێبینی پاسدان بکات لە شێوازی وەرگر و خێرایی و ئاڕاستەکەی.

٣- تۆپەکە دەبێ بەدەر بێت لە خولانەوە چونکە دەبێتە هۆی لەدەستدانی تۆپ.



جۆرەکانی پاسدان:

پاسدانی بۆ ماوە کورتەکان بریتیە لە:

- **پاسدانی هەڵگەڕاوە:** بریتیە لە پاسدان بۆ یاریکەری هاوڕێ کە دەکەوێتە بەشی کۆتایی ماوەی نێوانیان نزیکە لە وەرگر.

- **پاسدانی پاڵنەر:** ئەم پاسدانە زیاتر بۆ خەڵەتاندن بەکاردێت بە پاسدان بۆ پێشەوە پاشان گۆڕینی ئاڕاستەی تۆپەکە بەمەچەك بۆ تەنیشت ئەمەش بە گرتنی تۆپ لەسەر سنگ پاشان ئەو دەستەی تۆپەکەی لایە بە جوڵەیەك دەچێت بۆ تەنیشت و تۆپ پاڵدەنرێت بۆ لایەکی تر.

- **پاسدانی پێدان:** ئەم جۆرە پاسە زیاتر لە نێوان هێڵی (٦م–٩م) دا ئەنجام دەدرێت... بەم پاسە تۆپەکە دەدرێتە دەست یاریکەری هاوڕێ نزیك لە خۆی بە پاڵنانی بە شێوەیەکی سووك بۆ نێو دەستی.

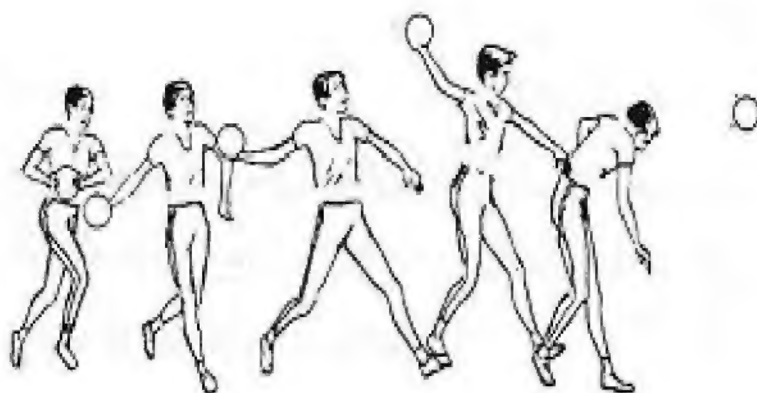


پاسدان لە ماوە ناوەندییەکاندا بەکاردێت:

- پاسدان لەسەر ئاستی شانەوە: ئەم پاسدانە لە هەموو پاسەکانی تر زیاتر بەکاردێت لە یاری تۆپی دەستدا بەبەرزکردنەوەی تۆپ بۆ ئاستی شان بە دەستی هەڵدەر بە یارمەتی دەستەکەی تر یان ڕاکێشانی تۆپەکە لە ئاستی سنگ بۆ سەرەوە و دواوەوە بە خولانەوەی دەست لە جومگەی ئانیشکەوە بە ئاڕاستەی هەڵدانەکە.



- پاسدان لە ئاستی شانەوە بۆ تەنیشت: ئەم پاسدانە کاتێ ئەنجام دەدرێت کە یاریکەری تیپی بەرامبەر لە نێوان دوو یاریکەری هاوڕێدا بێت بۆ ئەوەی پاسەکە نەبڕێت لەلایەن یاریکەری تیپی بەرامبەرەوە، بەدرێژکردنی دەستی هەڵدەر بۆ تەنیشت لە ئاستی شانەوە و ناردنی تۆپەکە لە مەچەکەوە بۆ هاوڕێ.



یارییە بچوکەکان













یارییە بچوکەکان

- **یاری: بازنەی ژمارەیی.**

یاریکەر: لە ٦-٨ یاریکەر بۆ هەر تیپێك، ژمارەی تیپ دیاری نەکراوە.

کەلوپەل: بۆیاغ بۆ دیاری کردنی بازنە و ژمارە.

شوێن: یاریگایەك

کارامەیی: هەنگە شەلە و شەنگی.

یاری: لە رووبەرێکی یاریگاکەدا چەند بازنەیەك دروست دەکرێت و هەر بازنەیەی ژمارەیەکی تیادەنوسرێت و بە تیرەی ٣٥-٤٥سم، وە هەربازنەیەك ٢٠سم لەوی تر دووره، ژمارەکان لە ١-٨ دائەنرێت بە تێکەڵکردنیان، لەگەڵ ئاگادارکردنەوەی یاریکەر بە هەنگەشەلە دەڕۆن لە ١بۆ ٢ پاشان بەدوابەدوای یەکی ژمارەکان ئەجولێن، وە کات ئەگیرێت.

تۆمارکردن: کام کات کەمتر بوو براوە دەبێت.

ئاڵوگۆڕکردن:

١-ئەکرێت لە ٨بۆ ١ بڕۆیت.

٢- ئەکرێت تەنها بچیتە ناوژمارە جووتەکان.

٣-ئەکرێت تەنها بچیتە ناو ژمارە تاکەکان.

٤-هەنگەشەلە لەقاچی چەپ و ڕاست ئەگۆڕێت یان هەردوو پێ.



*** یاری: گۆڵ بازنەیی**

یاریکەر:٥-٧ بۆ هەرتیپێك، ژمارەی تیپ دیاری نەکراوە.

کەلوپەل:هەرتیپەی بازنەیەك و تۆپێك.

شوێن:یاریگایەك دوو هێڵی بەرامبەر و دوور لەیەك بە ٦م.

کارامەیی: پەرەپێدانی وردبینی هەڵدانی تۆپ.

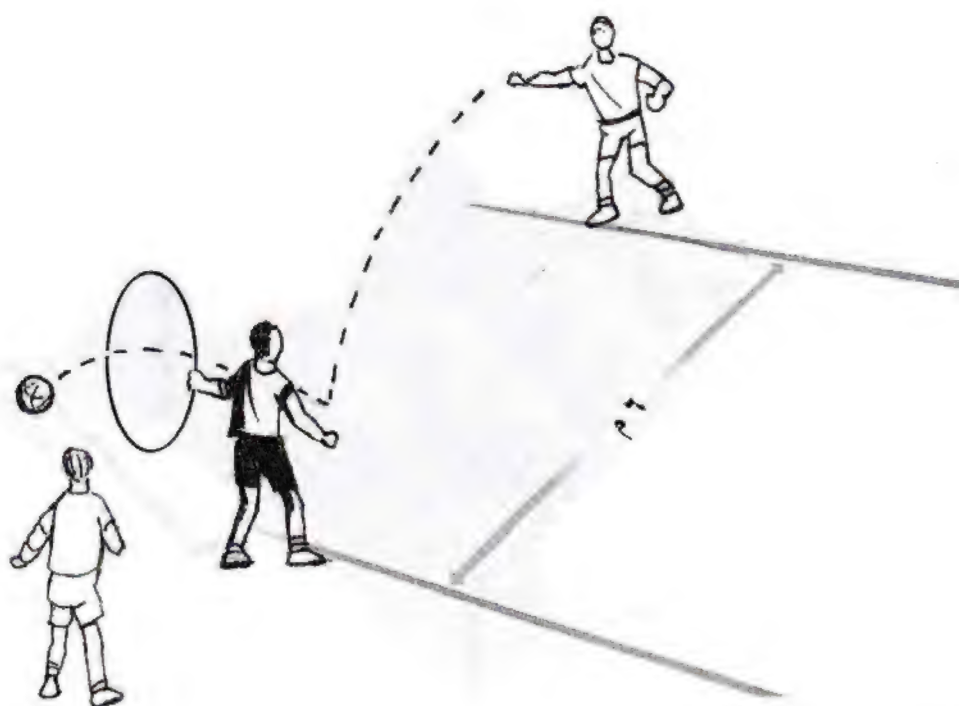
یاری: بازنەکە لە دوای هێڵی یەکەم بەدەست یەکەم یاریکەرەوە دەبێت و یەکەم یاریکەری تۆپ بە دەستیش لەودیوو هێڵ دەوەستێت (هێڵی دووەم) یاریکەری بازنە بەدەست بە دەستی چەپ بازنەکە دەگرێت و بە بەرزی ١م، وە یاریکەرێك لە دوای بازنەکە تۆپەکە دەگەڕێنێتەوە، لەگەڵ ئاگادارکردن یاریکەر تۆپ ئەدات بە زەویدا و بۆ ئەوەی دوای بەرزەوی کەوتن بچێتە ناو بازنەکەوە،بەم شێوەیە تا دواهەمین یاریکەر، وە بە توپ چوونە ناو بازنە خاڵ وەردەگیرێت.

تۆمارکردن: ئەو تیپە براوە دەبێت کە زۆرترین خاڵ کۆکردۆتەوە.

ئاڵوگۆڕکردن:

١-**مەوڵەکان بەدەستی ڕاست دەبێت و پاشان ئەدرێت بە دەستی چەپ.

٢- لەگەڵ جوڵەشدا ئەکرێت تۆپ هەڵبدرێت.



*** یاری: چوار گۆڵی**

یاریکەر: دوو تیپ هەرتیپە و ٦ یاریکەر، هەرتیپە و ٢ پاسەوانی گۆڵ.

کەلوپەل: تۆپێکی پێ و چوار گۆڵ.

شوێن: یاریگا رووبەری ٤٠×٥٠م وە دەکرێت بە دوو بەشەوە.

کارامەیی: پەرەپێدانی بیری کۆمەلآیەتی و توانستی کارامەیی.

یاری: لە ناوەندی هێڵەکانی تەنیشت چوار گۆڵ ئەچەسپێ بەبەرزی ١،٥ م و پانی ٢م، تیروپشك دەکرێت بۆ هەڵبژاردنی گۆڵو تۆپ، پاسەوانی گۆڵەکانی هەر تیپە ئەچنە ناو گۆڵی خۆیان، لە هەر رووبەرێکی یاریگاکەدا(٢ هێرشبەر) و(٢ بەرگریکەر) هەیە، هەر تیپە و هەوڵ ئەدات زۆرترین گۆڵ تۆمار بکات، یاریکەر بۆی نیە بە ئارەزووی خۆی گۆڵ هەڵبژێرێ بۆ گۆڵکردن، یاریکردن دوو گێمە و گێمی ٥ خولەکە.

تۆمارکردن: ئەو تیپەی زۆرترین گۆڵ بکات براوە دەبێت.

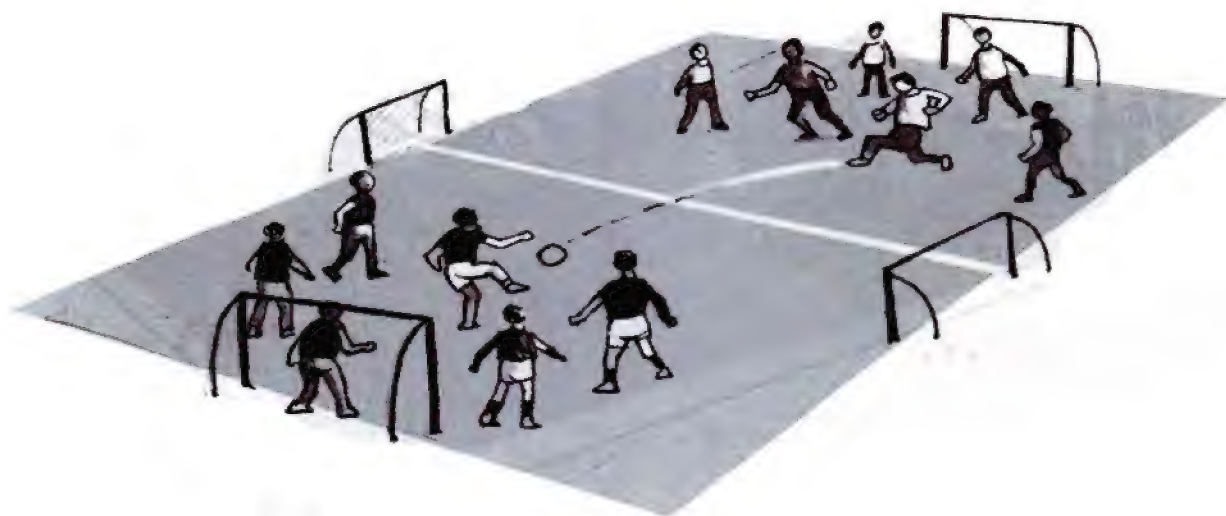
ئاڵوگۆڕکردن:

١–ئەکرێت تۆپی دەست بەکاربێت و بە کارامەیی تۆپی دەست.

٢– پاسەوانی گۆڵ ئەتوانێ وەك یاریکەر گۆڵ تۆمار بکات.

٣–لێدانی گۆشەکان کۆرنە نیو گۆڵ دیاری دەکرێت.

٤–پاسەوانی گۆڵ ئەبێت بە دەست تۆپ بداتە یاریکەری تیپی خۆی.



*** یاری: تۆپ و تۆڕ**

یاریکەر: ٨-١٠ یاریکەر بۆ هەر تیپێك، ئەکرێت لە دوو تیپ زیاتر بن.

کەلوپەل: چەند تۆپێکی پێ و تۆڕێکی بالە.

شوێن: هۆڵێکی داخراو یان ڕووبەرێك لە یاریگا ٢٥×٥٠ پێ.

کارامەیی: لێدانی تۆپ بەسەر لەگەڵ هەڵدانی تۆپ بە دەست.

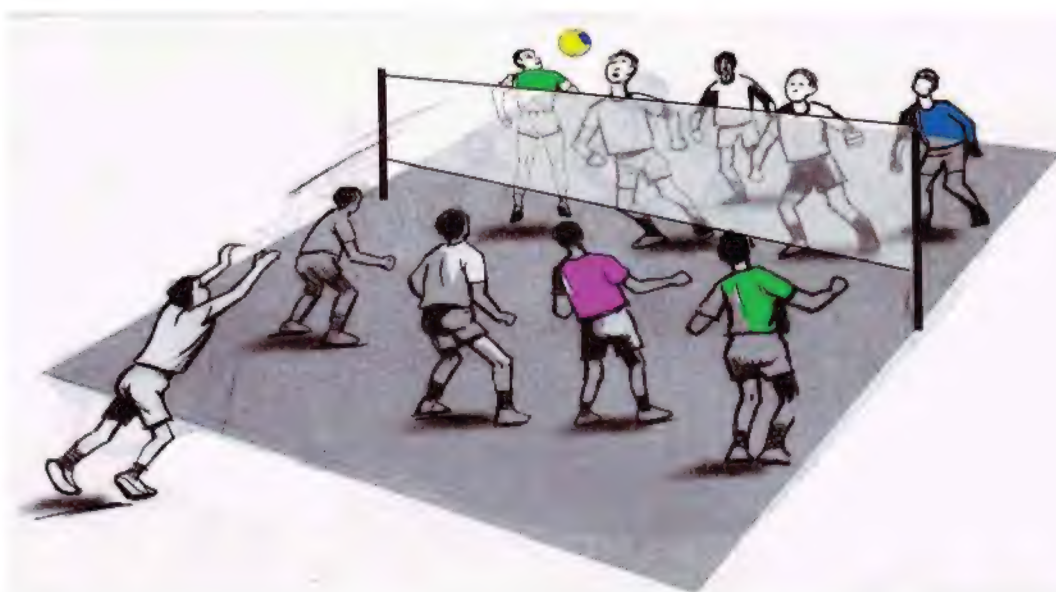
یاری: لێدانی تۆپ بە سەر تاکو لایەکیان تۆپەکە ناتوانن لێدەن و ئەیدات بە ڕووبەری یاریگای خۆیاندا یان لێی دەدەن بۆ دەرەوەی یاریگای تیپی بەرامبەر، گرنگ نی یە چەند جار بەر سەریان دەکەوێت گرنگ ئەوەیە تۆپەکە نەکەوێت و یاریکەری لێدەر دەبێت بە دەستی تۆپ لێدات یەکەم جار هەروەك یاسای تۆپی بالە خاڵ و گەڕانی یاریکەر دیاری دەکرێت.

تۆمارکردن: خاڵ دیاریدەکرێت بۆ ئەو تیپەی تۆپ ئەخاتە یاریگای بەرامبەر بێ ئەوەی تیپی بەرامبەر بتوانێ تۆپ بگەڕێنێتەوە.

ئاڵوگۆڕکردن:

١-هەر یاریکەرە و یەکجار بەری بکەوێت.

٢- ئەکرێت تۆپی بالە بەکاربێت یان تۆپێکی سوك هاوشێوەی تۆپی بالە.



*** یاری: نیشان شکاندن بە تۆپی پێ**

یاریکەر: ٨ بۆ ١٠ بۆ هەر تیپێك، ئەكرێت لە دوو تیپ زیاتر بێت.

کەلوپەل: چەند تۆپێکی یاری فوتبۆڵ و چەند پارچە تەختەیەك.

شوێن: ڕووبەرێك لە یاریگا یان هۆڵی داخراو.

کارامەیی: شوت لێدان و ڕێککردنەوەی شوت.

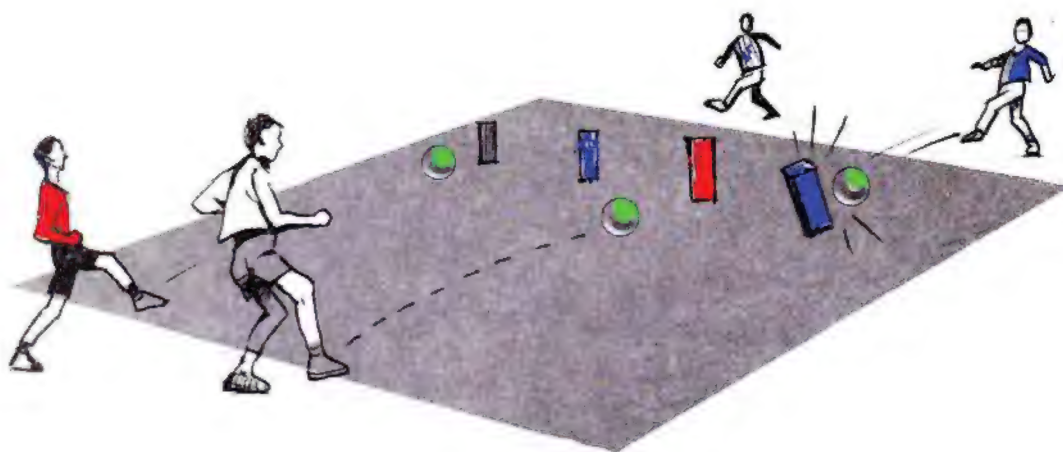
یاری: مەبەست لە یاریکردن خستنی ئەو پارچە تەختانەیە کە لە ناوەڕاستی ڕووبەرە دیاریکراوەکە دانراون، هەر تیپە هەوڵ ئەدات زۆرترین تەختە بخات وە پێویستە تەختە کەوتوەکان کۆبکرێنەوە لە دوای هێڵی لێدان.

تۆمارکردن: ئەو تیپەی زۆر تەختە بخات براوەیە.

ئاڵوگۆڕکردن:

١-گۆڕین لە شێوەی شوت لێدان(بەناوەوەی پێ کان بەدەرەوەی پێ... هتد).

٢- گۆڕینی قاچ(ڕاست -چەپ).



* **یاری:دەست بەرکەوتنی هاوڕێ.**

یاریکەر: لە ٢٠ بۆ ٣٠ یاریکەر، ئەکرێت دابەش بکرێن بە پێنج کۆمەڵەوە.

کەلوپەل: مەترە بۆ پێوانەی ڕووبەرەکان.

شوێن: هۆڵ یان یاریگا.

کارامەیی: شەنگی جووڵەی تەواوی لەش.

یاری: هەر کۆمەڵە و لە ڕووبەرێکی دیاری کراو بلاّودەبنەوە و یەکێکیان ڕۆڵی ئەو کەسە دەبینێ کە ڕاویان دەنێ و دەیەوێت دەستیان پیا بکێشێ تا بیان وەستێنێ لە جووڵە.

تۆمارکردن: هەر بەریەککەوتنێ خاڵێك بەدەست دەهێنێت، کامیان خاڵی زۆر بوو بە براوە دائەنرێت.

ئاڵوگۆڕکردن:

١-ئەو کۆمەڵەیەی لە ناوەوەی یاریگان ژمارەی تاکیان ئەدرێتێ و ئەوانی دیکە ژمارەی جووت ئەو کۆمەڵەیەی خاڵی زۆر کۆکردەوە براوەیە.

٢- ئەتوانرێ ڕاکردنەکە بگۆڕدرێت بە هەنگە شەلە لە کاتی ڕاوناندا.

٣-ئەگەر ژمارەی کۆمەڵەی ناوەوە زۆربوون ئەوا ئەکرێت ژمارەی ئەوانەی ڕاویان دەنێن زیاد بکرێن.



*** یاری:هێرش بەر و بەرگری**

یاریکەر: دوو تیپ هەرتیپە و ٦ یاریکەر، ئەکرێت لە دوو تیپ زیاتر دابەشبکرێت.

کەلوپەل:٦ تۆپی پێ.

شوێن: یاریگای لاکێشە ٣٠×١٥م وە هێڵ ئەکێشرێ بە تەریبی لەگەڵ هێڵی ناوەڕاست واتە باری پانی یاریگا و نێوان هەر هێڵێ ٦م بێت و بە ٥ ڕووبەردا.

کارامەیی: پەرەپێدانی کارامەی ڕۆیشتن بە تۆپەوە.

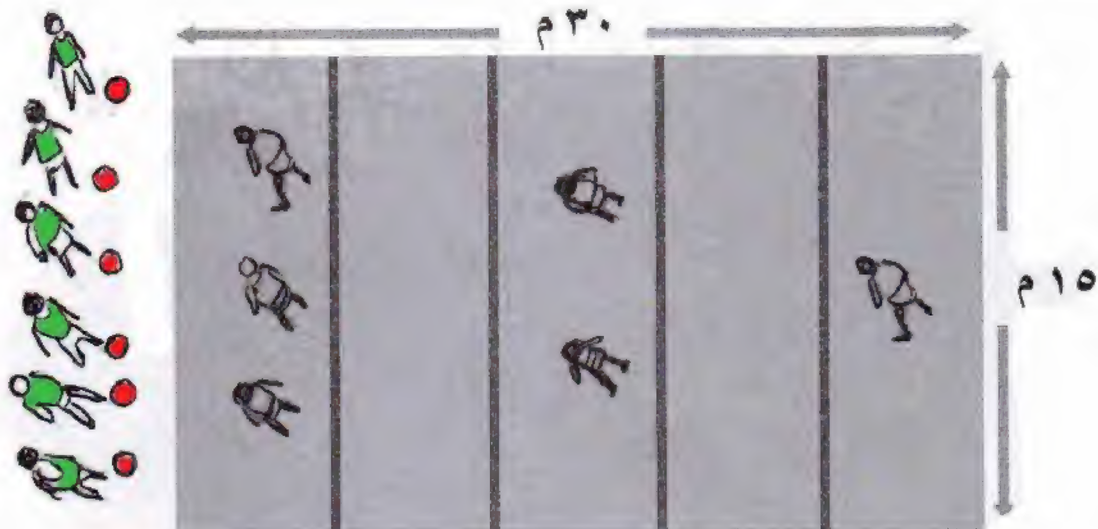
یاری: یاریکەرەکانی تیپی هێرش بەر لەدوای هێڵی پانی یاریگا ئەوەستن وە هەر یاریکەرێك تۆپی خۆی پێ یە، سێ یاریکەر لە تیپی بەرامبەر لە ناوچەی سێ یەم وە یەك یاریکەر لە ناوچەی پێنجەم لەگەڵ ئاگادارکردنی ڕاهێنەر یان مامۆستا هێرشبەرەکان دەستدەکەن بە ڕۆیشتن بە تۆپەکانیانەوە بۆ بڕینی هێڵی بەرگری ئەوەی سەرکەوتووبوو بەردەوام دەبێت بۆ ناوچەی سێ یەم بەو شێوەیە بۆ ناوچەی پێنجەم ئەو هێرشبەرەی هەمووی بڕی ئەچێتە سەر هێڵی کۆتایی وە ئەو هێرش بەرەی تۆپی لێ سەندرا ئەچێتە دەرەوە.

تۆمارکردن: هەر یاریکەرێك توانی بچێتە سەر هێڵی کۆتایی بە تۆپەوە خاڵێك بۆ تیپەکەی بەدەستدەهێنێت، تیپەکان پاش هەر خولێك ئاڵوگۆڕی شوێنەکانیان دەکەن.

ئاڵوگۆڕکردن:

١-شوێنی بەرگری دائەنرێت وە هەموو جار(١،٢،٣).

٢- ئەو هێرشبەرەی تۆپی لێسەندرا یان چووە دەرەوەی هێڵ ئەبێت لەسەرەتاوە دەست پێ بکاتەوە.



*** یاری: تۆپی ڕاوچی**

یاریکەر:٤–٥ یاریکەر بۆ هەرتیپێك، ٣–٤ تیپ.

کەلوپەل:١–٢ تۆپ بۆ هەرتیپێك

شوێن:هۆڵێکی داخراو یان یاریگایەك ڕووبەری ٨×٨م.

کارامەیی: وردبینی تۆپ فڕێدان.

یاری: هەر تیپە و ڕاوچیەك دیاری دەکات لەدەرەوەی بازنەکە و تۆپێکی بەدەستەوەیە لەگەڵ ئاگادارکردنەوەی مامۆستا یان ڕاهێنەر ڕاوچی هەوڵ ئەدات تۆپ بگرێتە ئەو یاریکەرانەی ناو بازنەکە و پێیان دەوترێت کەروێشکەکان وە بەردەوام دەبن لە ڕاکردن لە ناو بازنەکەدا.

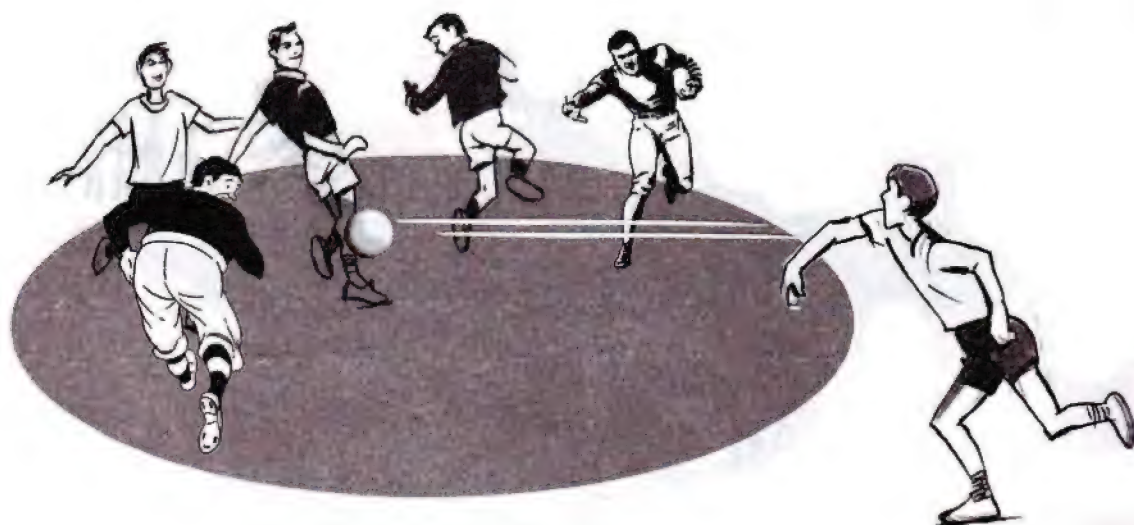
تۆمارکردن: ئەگەر ڕاوچی تۆپی دا بە کەروێشکێکدا دوو خاڵ وەردەگرێت

ئاڵوگۆڕکردن:

١–ئەکرێت دوو ڕاوچی هەبێت.

٢– نابێت ڕاوچی بە تۆپەوە زیاتر لە سێ هەنگاو بڕوات یان ٣ چرکە زیاتر تۆپی بە دەستەوە بێت و هەڵنەدات، واتە بە تەپ تەپە دەبێت بجولێت.

٣–ئەکرێت ڕووبەری یاریگاکە هەمووی بەکاربێت و بکرێت بە ٢ تیپەوە و چ تیپێك زۆرتر ڕاویکرد براوە دەبێت.



*** یاری: کۆکردنەوەی باڵۆن.**

یاریکەر:١٠ یاریکەر بۆ هەرتیپێك و ژمارەی تیپ ٣ بۆ ٤ تیپ.

کەلوپەل:١٠ باڵۆن بۆ هەرتیپێك وە هەر تیپە و ڕەنگی باڵۆنەکەکانی جیاوازن، وە چەند سندوقێك.

شوێن:یاریگایەك تیپەکان تێیدا دابەش دەبن.

کارامەیی: کۆکردنەوەی باڵۆن ووردکاری و ووردبینی.

یاری: سەرەتا سەرجەم یاریکەرەکان دەبێت باڵۆنەکان هەوا تێبکەن و بیانبەستن، تیپەکان دابەشدەبن و سندوقێکی دیاریکراوی دەبێت و ڕەنگی باڵۆنی خۆی دەبێت، سەرجەم باڵۆنەکان لە ناوەندی یاریگاکەدا دائەنرێت وە نابێت جگە لە ڕەنگی خۆیان باڵۆن ببەنە ناو سندوقەکەیانەوە هەر جارە و یەك باڵۆن دەبرێت.

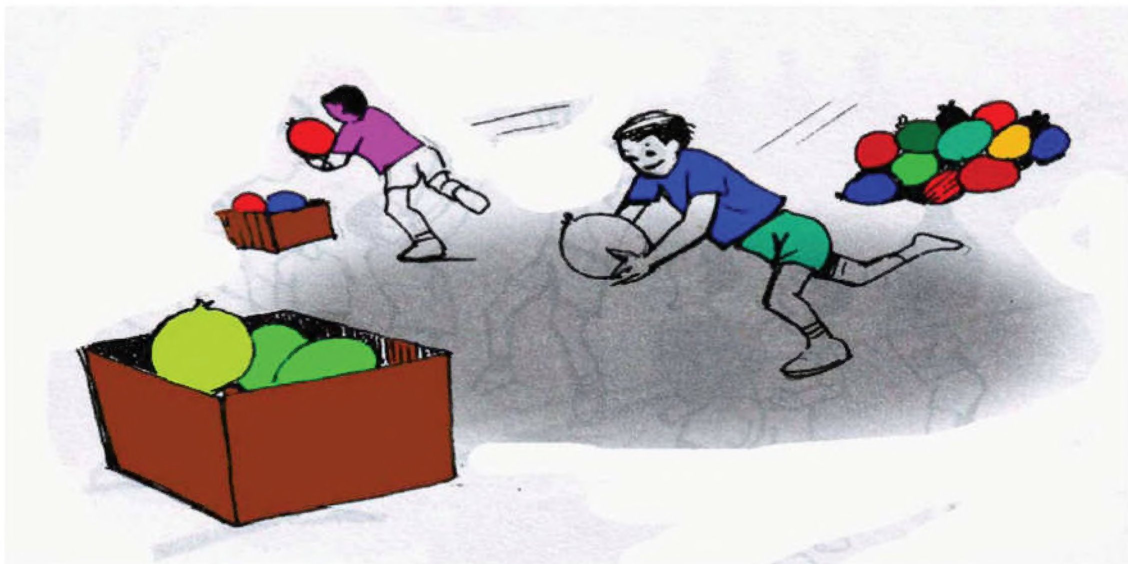
تۆمارکردن: ئەو تیپەی زۆرترین باڵۆنی کۆکردەوە براوەیە.

ئاڵوگۆڕکردن:

١–ئەکرێت ژمارەی یاریکەری تیپەکان کەمبکرێتەوە و کۆکردنەوەی باڵۆنیش هەمە ڕەنگ بێت.

٢– ئەکرێت بە هەنگە شەلە برۆن.

٣– ئەکرێت بە لێدانەوە باڵۆن بخرێتە ناو سندوق.



* یاری: بەدوای یەکدا پاسدان

یاریکەر: ١٢ یاریکەر بۆ هەر تیپێك کە لە دوو تیپ پێك دێت.

کەلوپەل: تۆپێکی باسکە یان تۆپی دەست.

شوێن: یاریگایەك دوو هێڵی تەریبی تیا بێت بە درێژای یاریگا دووری نێوان هێڵەکان ١٠ م بێت.

کارامەیی: گەشەپێدانی خێرایی ناردن و وەرگرتنی تۆپ.

یاری: یاریکەرەکانی هەر تیپێك بە ریز لە پشتی یەك دەوەستن لەسەر ئەو هێڵەی کە بۆیان دیاری کراوە وە تۆپێکی باسکە بە یاریزانی یەکەم دەبێت لەگەڵ هێمای دەستپێکردن لە لایەن مامۆستاوە یاریکەر پاس دەدات بە یاریکەری بەرامبەری و دەچێتە پشتی یاریکەرەکانەوە لە تیپی خۆی وە یاری بەم شێوەیە بەردەوام دەبێت تا دوا یاریکەر تۆپ وەردەگرێت.

تۆمارکردن: ئەو تیپە براوەیە کە خێراتر تەواو دەبن.

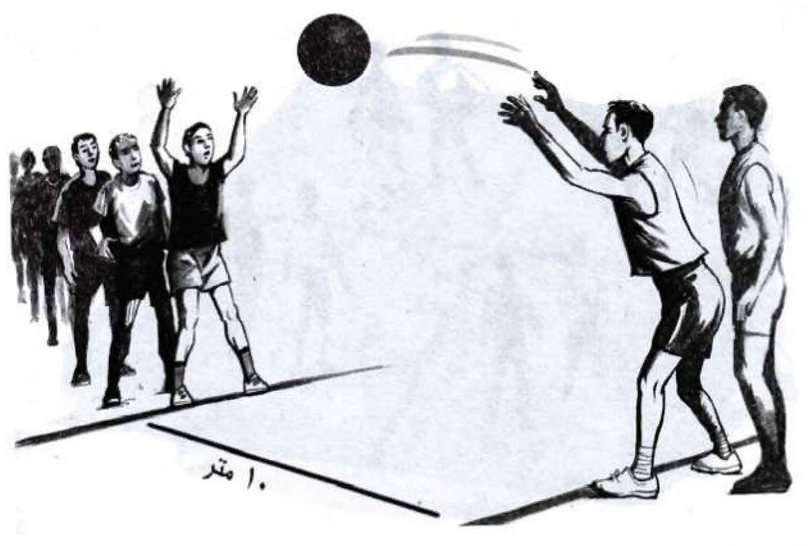
ئاڵوگۆڕکردن:

١–ئەتوانرێت بە تۆپی دەست و تۆپی باسکە ئەنجام بدرێت.

٢– ئاڵو گۆڕکردن لە شێوەی پاسدانەکان(بە یەك دەست، بە دوو دەست، بە بازدانەوە)

٣–پاسدان و ڕۆشتن بۆ پشتی یاریکەرەکانی ریزی بەرامبەر.

٤– هەمان یاری بەلام هەر تیپێك لە سەر هێڵێکی یەکتر بڕ بەرامبەر یەك بوەستن بە شێوەیەك کە پاسدان بە شێوەیەکی یەکتر بڕ بێت.



بابـــــــــەت	ژمارەی لاپەڕە
• پێشەكی	٣
• مامۆستای پەروەردەی وەرزشی بەڕێز	٤
• گۆڕەپان و مەیدان	٦
یەك باز	٧
هەڵدانی قورسایی	٩
قۆناغەكانی هەڵدانی قورسایی	١١
• یاری تۆپی پێ	١٢
كپ كردنی تۆپ بەبنی پێ	١٣
ئامادە باشی بۆ كپ كردنی تۆپ بەبنی پێ	١٤
مەشقێكی سانا بۆ بەهێز كردنی هەر دوو قاچ	١٤
كارامەییە بنچینەییەكان	١٥
كپ كردنی تۆپ بە سینگ	١٧
ئامادەباشی	١٧
چەند چالاكییەكی فێركاری و ڕاهێنانی	١٨
• یاری تۆپی باڵە	١٩
پاسدان	٢٠
هەڵە بلاوەكان	٢١
• یاری تۆپی باسكە	٢٢
پاسدان	
شێوازەكانی پاسدان	٢٣
جۆرەكانی پاسدان	
پاسدانی ئاستی سنگ	٢٤
پاسدانی هەڵگەڕاوەیی	٢٥
• یاری تۆپی دەست	٢٦
پاسدان	
چۆنیەتی فێر بوونی پاس	٢٧
جۆرەكانی پاسدان	٢٨
پاسدان لە ماوە ناوەندییەكاندا بەكاردێت	٢٩

بابـــــــەت	ژمارەی لاپەڕە
• یارییە بچووکەکان	٣٠
١. یاری: بازنەی ژمارەیی	٣١
٢. یاری: گۆڵ بازنەیی	٣٢
٣. یاری: چوار گۆڵی	٣٣
٤. یاری: تۆپ و تۆر	٣٤
٥. یاری: نیشان شکاندن بە تۆپی پێ	٣٥
٦. یاری: دەست بەرکەوتنی هاوڕێ	٣٦
٧. یاری: هێرش بەر و بەرگری	٣٧
٨. یاری: تۆپی ڕاوچی	٣٨
٩. یاری: کۆکردنەوەی باڵۆن	٣٩
١٠. یاری: بەدوای یەکدا پاسدان	٤٠